Tacos con carne

Autore: Motosandro

Tacos con carne

Altre immagini:

Ingredienti

- 450 gr di manzo macinato
- 1 cipolla media tritata
- 1 spicchio d'aglio
- 1 cucchiaio di peperoncino in polvere
- ¾ di cucchiaio di sale
- 2 pomodori tagliati e strizzati
- foglie di lattuga
- 1 tazza di formaggio tipo caciotta a pezzi
- salsa di chili q.b.
- 12 tortillas.

Preparazione

Cuocere la carne con olio, aglio e cipolla fino a che non diventa scura. Eliminare il grasso e insaporire con sale e peperoncino.

Riempire ogni tortillas con la carne, il pomodoro, il formaggio e la lattuga. Ripiegare e condire con salsa chili. Se le tortillas sono fredde, si possono rendere soffici scaldandole per 10 secondi in 2 cucchiai di olio bollente.

Note

P.S 1 tazza corrisponde a circa 220 gr.

Tempo di preparazione	5 min	**Difficoltà**	Molto Facile
Porzioni	4 porzioni	**Spesa**	
Nazione/Regione	Mexico	**Costo per porzione**	
Vegetariana	No	**Senza lattosio**	No
Dietetica	No	**Senza glutine**	No
Calorie		**Kilojoules**	
Grassi		**Unità di pane**	
Proteine		**Carboidrati**	